



インフルエンザの予防(ワクチン接種編)



10月になり少しずつ気温が下がってきました。
気温が低く空気が乾燥する冬には、風邪とインフルエンザが流行します。
インフルエンザの症状や予防法について知り早めに対策を取りましょう。

インフルエンザとは…インフルエンザウイルスによって起こる感染症です。



- [特徴]** ・通常の風邪と比べて症状が重く潜伏期間が短い。
・感染力が強く、毎年12月～3月に多くの人々が感染している。
・熱が下がってからも他者への感染の可能性がある。

そのため、発症後5日、解熱後2日までは自宅で安静にする必要がある。

- [症状]** ・高熱(38～40℃) ・寒気 ・頭痛 ・筋肉痛 ・関節痛
・倦怠感 ・喉の痛み ・呼吸器症状(咳、痰など)

インフルエンザにならないようにするには

- ① 予防接種 ② 手洗い・うがい ③ マスク

が大切です!

《今回は早めの予防策として①の **予防接種** について説明します。》

予防接種とは

予防接種とは、ワクチンを打つことにより体の中に抗体が作られ対象の感染症にかかりにくくするものです。もしかかっても症状を軽く済ませることができます。

インフルエンザの予防接種費用の相場は3500～4500円程度。

お近くの内科クリニックなどで受けることができます。



ワクチンはいつまで打てばいいか



インフルエンザワクチンを接種してから抗体ができて予防効果が発現するためには、およそ2週間かかると言われています。

年によって異なりますが、一般的に日本では12月頃からインフルエンザの流行が始まることを考えると、少なくとも11月中には接種を完了させるのが望ましいです。

**インフルエンザの予防接種についてのご案内を保健室に用意しています。
ぜひご利用ください。**